

Согласовано:

Директор

(ФИО директора)

Дата: _____ г.

Утверждаю: Директор ООО "Обществу Вкусно и Полезно"

В.С. Савилов

Савилов Р. Ш.

Дата: 06.04.2024 г.

Меню на 06.04.2024 г для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольное образовательное учреждение														
№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
Завтрак														
199	Каша овсяная жидкая с маслом	155(150/5)	13,38	5,59	7,04	28,29	196,38	94,75	34,63	134,85	0,88	0,01	0,12	0,34
3	Булочка с сахаром	60(40/15/5)	15,18	6,53	8,03	19,48	180,6	141,2	10,85	102,5	9,6	0,06	0,05	0,1
411	Чай с сахаром	200	2,70	0,07	0,02	11,1	42,11	0	0	0	0	0	0	0
Итого завтрак:		415	35,26	12,19	15,09	58,87	425,29	238,95	45,48	237,35	1,48	0,09	0,17	1,04
Обед														
13	Салат из свежих овощей	60	8,98	0,45	3,61	1,41	39,96	13,39	7,91	23,75	0,34	0,02	0,02	2,81
117	Булочка курочкой с грибами	200(180/20)	9,86	8,05	5,79	1,59	76,39	14,23	18,24	82,75	0,55	0,12	0,07	0,48
258(172)	Рыба, приготовленная с овощами, со свежими соусами	110(80/30)	32,78	6,97	1,49	5,21	58,34	35,88	18,54	86,21	0,38	0,48	0,03	0,87
332	Рис отварной	150	13,81	1,66	6,1	35,57	198,93	2,61	19,01	61,47	0,32	0,03	0,03	0
394	Конфит из свеклофруктов	200	5,50	0,46	0,08	25,77	100,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,34	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,04	0,19	12,21	73,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого обед:		780	74,89	23,91	17,62	96,34	619,56	72,11	47,90	273,68	2,12	0,65	0,2	4,16
Полдник														
229	Омлет натуральный	150(140/10)	32,41	14,08	25,01	2,87	290,91	109,83	18,2	242,7	2,7	0,34	0,08	0,52
420	Йогурт (биолайф)	180	18,23	5,04	4,50	19,80	91,19	212,40	28,80	172,80	0,00	36,00	0,05	1,80
	Хлеб пшеничный	15	0,99	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0
386	Йогурт свежий	100	8,0	0,4	0,4	9,8	45	10	2	8	1	0,01	0,03	4
Итого полдник:		445	69,63	20,66	10,03	39,76	462,8	335,23	51,1	433,25	3,87	36,35	0,18	6,32